

保存版

原子力災害対応 ガイドブック

— 原子力災害から身を守るため —

- 家族全員で目を通してください。
- すぐに取り出せる場所に置いてください。

(ガイドブックの内容は、市ホームページでご覧いただけます。
「小千谷市原子力災害対応ガイドブック」で検索してください。)



小千谷市

事故が発生したら

屋内退避について

市外に避難する時は

原子力防災とは

日ごろの備え

はじめに

小千谷市は柏崎刈羽原子力発電所からほぼ30km圏内に位置することから、原子力災害による放射線・放射性物質から住民の皆さんの身を守るため、平成25年3月に「小千谷市地域防災計画(原子力災害対策編)」を新たに策定し、事前の備えと、万が一の緊急事態における対策をまとめました。

放射線は目に見えず、においも感じられないことから、緊急時に自らの身を守るためには、正しい知識と情報が必要です。

このガイドブックは、原子力災害が発生した時に、「住民の皆さんがどのように行動したらよいか」、「放射線とはどのようなものか」など、皆さんから知ってほしいことをまとめたものです。

万が一の緊急時に適切な行動をとるためにお役立ててください。

平成26年3月
小千谷市

【目次】

もしもの時には(マニュアル編)

事故が発生したら

- 1. 原子力災害から身を守るには 2
- 2. 事故が発生したら 4

屋内退避について

- 3. まずは屋内退避 5
- 4. 屋内退避中の行動は 6
- 5. 自宅以外にいる時に事故が発生したら 7
- 6. 飲食物の摂取制限指示や安定ヨウ素剤の服用指示が出たら ... 8

市外に避難する時は

- 7. 避難の指示が出たら 9
- 8. 避難の方法は 10
- 9. 避難所では 12

原子力防災の基礎知識(解説編)

原子力防災とは

- 1. 原子力災害とは 13
- 2. 原子力発電所から見た小千谷市の位置づけ 14
- 3. 小千谷市の対策 15
- 4. 一時集合所・避難所一覧 16
- 5. 放射線とは 18

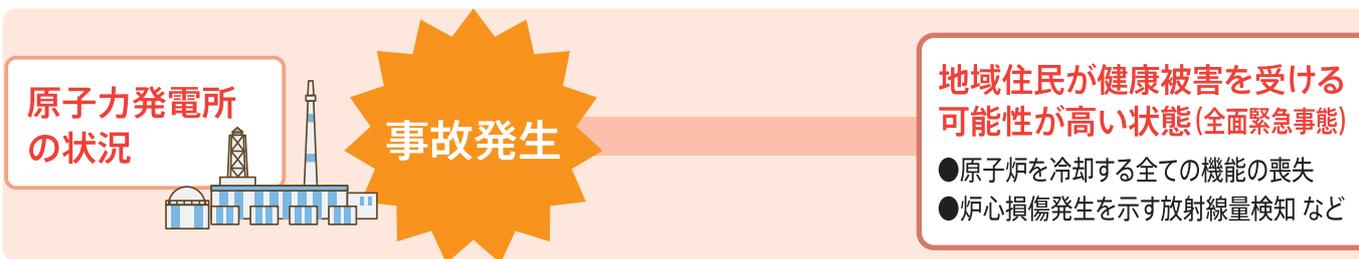
日ごろの備え

- 6. 日ごろからの備え 21
 - 緊急情報メールへの登録をお願いします 裏面
 - 放射線の数値が確認できます 裏面

1. 原子力災害から身を守るには

原子力災害で何よりも重要なことは、放射線・放射性物質から身を守ることです。しかし、放射線は五感で感じることができず、被ばくの影響を個人で判断することもできません。そのため、市は、皆さんに情報提供や行動の指示を行います。

原子力災害から身を守る基本の行動



災害対応の流れ

1 正しい情報の入手 → 4ページ

- ・市の緊急告知ラジオ
- ・市の緊急情報メール
- ・テレビ
- ・ラジオ など

さまざまな方法で事故の情報や 屋内退避指示などをお知らせします。

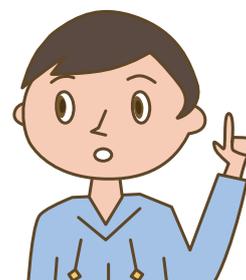
2 屋内退避 → 5～7ページ
(期間は1日～1週間以内)

！ 行動のポイント

- ❗ テレビ、ラジオなどから正確な情報を入手する。
- ❗ 独自の判断で行動せず、次の指示が出るまで引き続き情報を確認する。

- ❗ 建物内に入り放射線を避ける。
- ❗ ドアや窓を全部閉め放射線の侵入を防ぐ。

原子力災害から身を守るためには、普段から災害時にどのような行動が必要なのかを知っておく必要があります。



(時間の流れ)

放射性物質
大量漏えい

市内の空間放射線量
が防護基準値を超過

飲食物の摂取制限指示
安定ヨウ素剤の服用指示

市外への避難指示

3 市外へ避難

避難退域時検査

→ 9～11ページ

→ 12ページ

飲食物の摂取制限

→ 8ページ

安定ヨウ素剤の服用 (※副作用の恐れあり。指示があった場合のみ。)

事故の規模に応じた対応行動

❗ 避難に備えた準備をする。

・非常時持ち出し品の準備

→ 21ページ

・一時集合所、避難所の確認

→ 16～17ページ

❗ 放射線被ばくを避けるため、長そで、長ズボン、マスクを着用する。

❗ ガスの元栓を締め、電気のブレーカーを切る。

❗ 戸締まりを確認する。

❗ 近所の人に声をかける。

2. 事故が発生したら

正確な情報の入手から

原子力発電所で事故が発生したら、市は事故の内容や避難方法などを皆さんにお知らせするために、緊急告知ラジオや緊急情報メール、広報車、自主防災会への電話連絡などさまざまな伝達手段を活用してお知らせします。原子力発電所の事故は、事態が進展するまでに一定の時間を要します。

市(または国・県)からの情報や指示にもとづき、落ちついて行動してください。

! 情報収集のポイント



- ❗ テレビやラジオをつけ、正確な情報を得てください。
- ❗ 市(または国・県)からの情報を得て行動するよう、心がけてください。
- ❗ うわさやデマに惑わされないようにしてください。
- ❗ とおり近所と情報の内容を確認しあってください。

事故が発生した後に取るべき行動



緊急告知ラジオ・緊急情報メールや広報車の情報に注意する。



テレビやラジオの緊急放送を聞く。



とおり近所と情報の内容を確認し合う。



すぐに学校へ迎えに行かない。集団下校をさせたり、引きとり依頼の連絡がいきます。



緊急時の活動の妨げになるため携帯電話や固定電話の使用は控える。



うわさやデマに惑わされない。

3. まずは屋内退避

屋内退避は、原子力事故の際に発電所から大量に漏れる放射線・放射性物質からの被ばくを避けるために指示されます。

建物が放射性物質や放射線をさえぎるため、屋内退避をすることで被ばくを少なくすることができます。

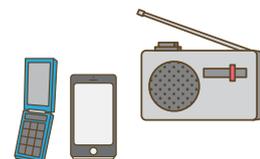
屋内退避の指示が出たときは、自宅などの建物内に入り、ドアや窓を閉めてください。

屋内退避の「準備情報」が出たら

- 屋内退避の準備情報は、原子力発電所の事故が、地域住民が健康被害を受ける**可能性がある状態**になった段階で市からお知らせします。今後の事故の進展に備えて、自宅に戻るなどの屋内退避の準備を始めてください。
- 乳幼児や高齢者、体の不自由な方などは、早めに屋内退避を始めてください。

屋内退避の「指示」が出たら

- 屋内退避は、原子力発電所の事故が国の定める深刻な事態になり、地域住民が健康被害を受ける**可能性が高い状態**(全面緊急事態)になった段階で市から指示します。
- この段階で、**小千谷市では放射線の影響はありません**。しかし、今後の放射性物質の大量漏えいに備え、屋内退避をします。あわてず、落ち着いて行動してください。
- 屋外で仕事をしていたり、外出していた時に屋内退避の指示が出たことがわかったら、**なるべく早く自宅などの建物に入ってください**。



自宅などでの屋内退避が困難な場合

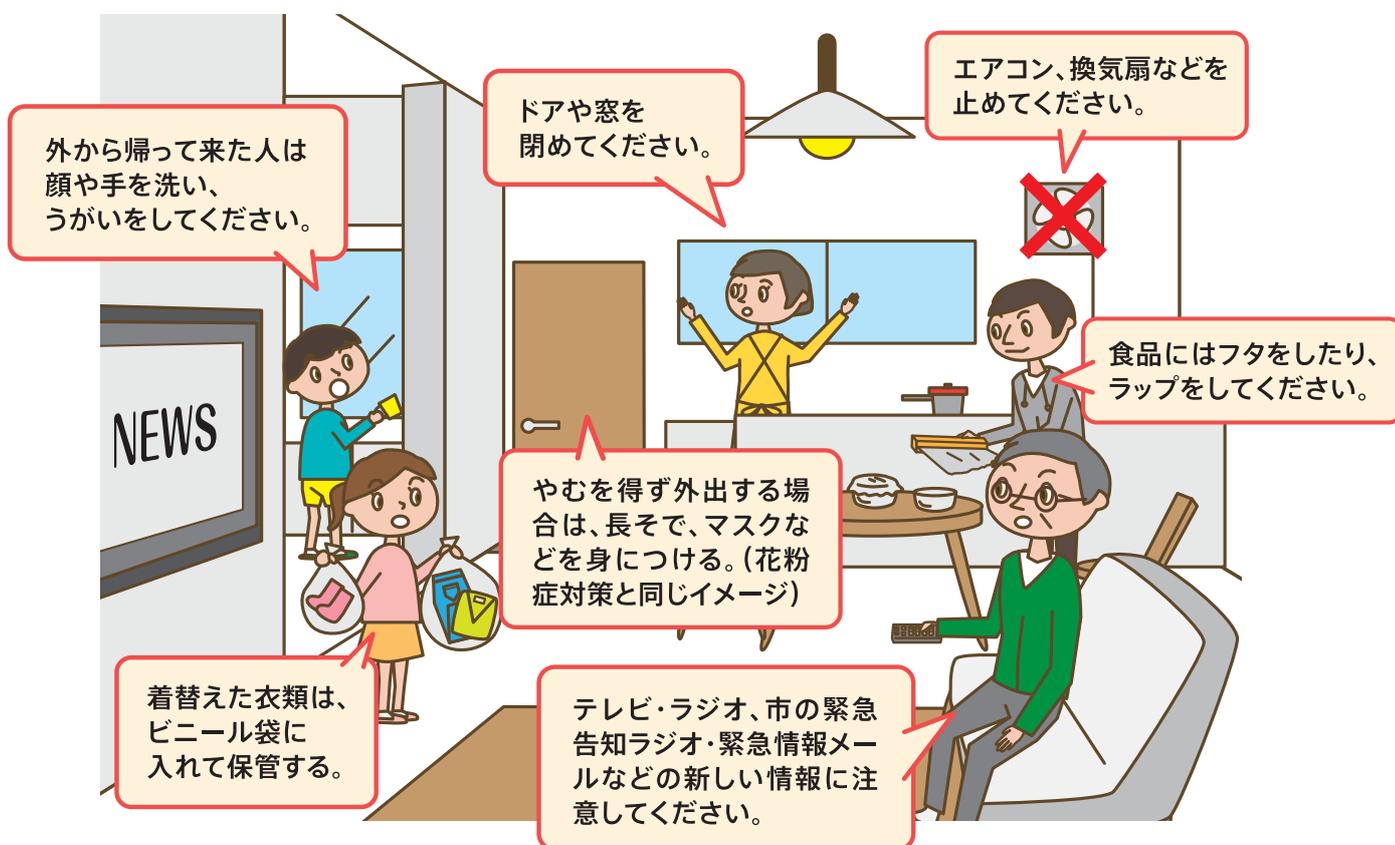
- 「自宅にすぐに戻れない」「高齢のため、自宅で屋内退避を続けるのが不安」などといった方のために、**避難所(震災・風水害時の指定避難所と同じ)を開設します**。※具体的な一時集合所・避難所については、16～17ページをご覧ください。
- 一人で一時集合所・避難所に行けない人は、自主防災会役員または民生委員児童委員と連絡を取ってください。



4. 屋内退避中の行動は・・・

- 窓を閉め切るなど外気を遮断し、放射性物質が屋内に入り込まないようにしてください。
- 引き続き、テレビ・ラジオ、市の緊急告知ラジオ・緊急情報メールなどから最新の正確な情報を入手するようにしてください。
- 必要な情報はその都度お伝えしますので、電話でのお問い合わせは控えてください。

屋内退避について



! 屋内退避のポイント

- ❗ 屋内退避することで、放射性物質を体に取り込むことを防ぎ、放射性プルームからの外部被ばくを軽減します。(詳細は13ページ)
- ❗ マスク(花粉症やインフルエンザ対策用のもの)などで口や鼻を防護することで、浮遊している粒子状の放射性物質を、呼吸により体内に取り込むことを防ぐ効果があります。
- ❗ ご近所の一人暮らしの方などには、屋内退避の指示があったことをお知らせしたり、困ったことがないかを確認してください。
- ❗ いつでも市外に避難できるように、避難準備をしましょう。

5. 自宅以外にいる時に 事故が発生したら・・・

保育園・幼稚園・学校では

屋内退避の準備情報が出たら、次の対応を始めます。

- 子どもの安全を確保し、速やかに保護者に引き渡します。
- 保育園・幼稚園から、引きとり依頼の連絡がいきます。
- 学校から、集団下校をさせたり、引きとり依頼の連絡がいきます。
- 保護者との連絡が取れない場合は、教職員の責任のもと、一時的に保育園・幼稚園・学校で屋内退避します。



職場や外出先では

- 屋内退避の指示が出たら、できるだけ自宅に帰るようにしてください。

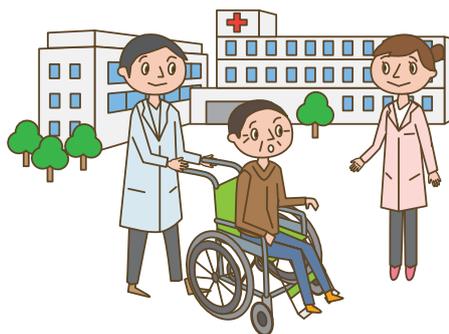
どうしても帰宅できない場合(市内にいる旅行者も含む)

- 外出先では避難所に屋内退避してください。
- 職場ではそのまま職場で屋内退避をしてください。



病院や社会福祉施設では

- 屋内退避の指示が出たら、そのまま病院や社会福祉施設に屋内退避します。
- 自宅に一時的な帰宅が可能な場合については、いったん帰宅していただく場合もあります。
- 入院(所)されている方などは、あらかじめ施設ごとに定めた避難計画に基づき、市外の受入先となる病院や福祉避難所等を決定します。
- 避難の指示が出たら、入院(所)者の体調に配慮しながら市外へ避難します。



6. 飲食物の^{せつしゅ}摂取制限指示や 安定ヨウ素剤の服用指示が出たら…

飲食物の摂取制限指示

飲料水や食物などに一定の濃度以上の放射性物質が含まれていれば、その飲食や出荷を制限したり、禁止したりします。



飲食物の摂取制限がなされた時は、テレビ・ラジオ、市の緊急告知ラジオ・緊急情報メールなどで速やかにお知らせします。安全が確認されしだい制限を解除します。

屋内の飲食物以外は、飲食しないよう市からお知らせします。

必要に応じて飲食物の配布を行います。

安定ヨウ素剤の服用指示

安定ヨウ素剤は、必要な時に必要な数量が配布されますので、市の災害対策本部の指示に従って服用してください。

小千谷市民分の安定ヨウ素剤は、新潟県が購入し備蓄しています。

※現在、万が一の場合に備え、備蓄・配布などの方法について、新潟県を中心に検討しています。決定しだい、市からお知らせします。

放射性ヨウ素が体の中に取り込まれると、のどにある甲状腺に蓄えられ、内部被ばくにより数年～数十年後に甲状腺がん等を発生させる可能性があります。『安定ヨウ素剤』をあらかじめ服用することで、これらの可能性を低減する効果があります。

ただし、服用の時期により効果が大きく左右されること、また副作用の可能性もあることから、医療関係者の指示を尊重して合理的かつ効果的な防護措置として実施すべきとされています。



7. 避難の指示が出たら・・・

- 住民の皆さんが屋内退避をしている間に、原子力発電所から放射性物質が漏れていないか調査をします。(緊急時モニタリング)
- その調査結果にもとづき、空間放射線量が防護基準値より高い地区から優先して市外へ避難します。
- 避難先は、風向きや道路状況などを考慮し、市が指示します。

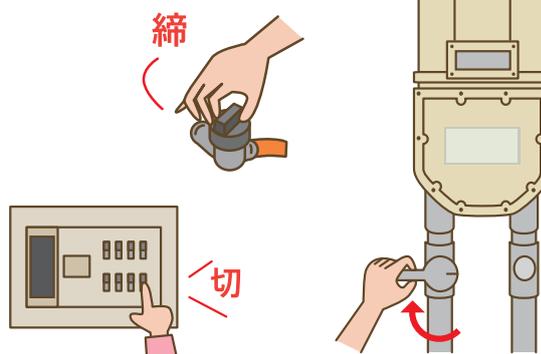
落ち着いて行動を

避難指示が出たら、まず内容をよく確認し、落ちついて行動してください。

指示内容を良く聞く



ガスの元栓を締め、
電気はブレーカーを切る



戸締まりをしっかりする



近所の人に声をかける



マスクをしたり、タオルやハンカチで口や鼻をおおうだけでも、放射性物質を吸い込まないようにする効果があります。

非常時持出品等を用意し、マスクや上着を着衣する。上着は、フードの付いたビニールカッパなど、全身を覆い、放射性物質が付着したほこりを洗い流しやすい服装が望ましい。
(花粉症対策と同じイメージ)



市外に避難する時は

8. 避難の方法は . . .

避難の方法

- 市が町内ごとに避難指示を出しますので、避難指示が出てから行動してください。
- 原則、自家用車で避難をしてください。
※できるだけ、乗り合いをして渋滞緩和に協力をお願いします。
- 避難先は、風向きや道路状況などを考慮し、市が指示します。
- 市の指示と異なる場所(親戚宅など)に避難する方は、自主防災会の方に避難先を告げるか、避難した後に市役所(代表電話0258-83-3511)へ連絡してください。
- 自家用車で避難できない方は一時集合所に集合し、市が用意したバス等で避難します。
※避難支援者(自主防災会)のご協力をお願いします。
※具体的な一時集合所に関しては、16~17ページをご覧ください。

! 避難方法のポイント

【自家用車で避難する場合】

- ❗ 渋滞を避けるため、できるだけ近所の方と一緒に乗り合いで避難をしてください。
- ❗ 避難中は、交通規制が行われることとなります。移動中はラジオの交通情報を確認しましょう。
- ❗ 災害時にはガソリンや軽油が不足する可能性があります。普段から早めの給油を心がけましょう。

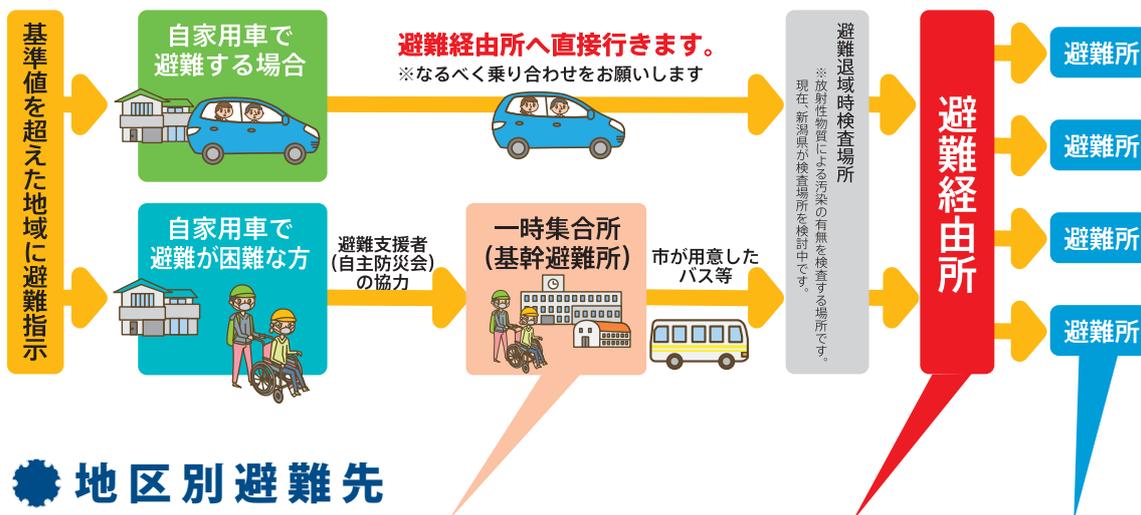
【自家用車で避難が困難な場合】

- ❗ 避難行動要支援者や自家用車で避難が難しい方は、市が用意したバス等で避難を支援します。
- ❗ 病人や歩けない方については、市や県等が救急車等を用意します。

新潟県広域避難の行動指針により、避難先(受入)候補市町村が示されました。実際の避難先は災害の規模や風向き等により、決定されます。避難経路については、迂回ルートを含めて今後も検討が行われます。避難経路や近隣県の避難先が確定しだい、パンフレットや「広報おぢや」などでお知らせします。

避難イメージ

屋内退避中に事態が悪化し、原子力発電所から放射性物質が放出され、国が示す空間放射線量の基準値を超えた地域においては、被ばくの影響をできる限り低減するため、原則自家用車で市外へ避難することになります。



地区別避難先

地区名	一時集会所 ※1	避難経路所 ※2	避難先
西小千谷地区	小千谷小学校体育館	十日町市立中条中学校 または川西総合体育館	十日町市
城川地区	総合体育館または小千谷小学校体育館		
東小千谷地区	東小千谷小学校体育館	南魚沼市役所大和庁舎	南魚沼市
千田地区	千田中学校体育館		
東山地区	東山小学校体育館		
片貝地区	千田中学校体育館(高梨・五辺) 片貝中学校体育館		
山辺地区	吉谷小学校体育館または南中学校体育館	津南町総合センター	津南町
吉谷地区	吉谷小学校体育館		
川井地区	旧川井小学校体育館または岩沢住民センター		
岩沢地区	岩沢住民センターまたは南中学校体育館 または旧川井小学校体育館		
真人地区	旧真人小学校体育館または南中学校体育館		
	吉谷小学校体育館 (市之沢、山新田、芹久保、若栃、北山、孫四郎)		

※1 一時集会所は、自家用車による避難ができず、市が用意したバスなどで避難する方が集まる所です。

※2 避難経路所は、町内ごとの避難先(指定避難所)情報を受け取る所です。また、原子力災害の状況によって避難先が変更になる場合があります。

市外に避難する時は

9. 避難所では・・・

市外の避難所に入る前 ▶ 避難退域時検査

市外の避難所に入る前に、放射能汚染の状態の確認(避難退域時検査)を行います。

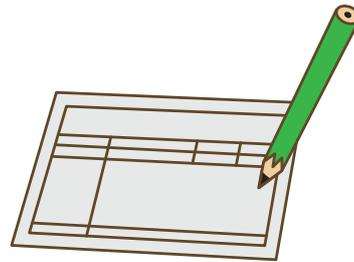
身体の表面における放射性物質の付着の有無を検査します。これは、健康への影響がない場合でも、念のために行う場合があります。必要があるときは、洗ったり、ふき取ったりして放射性物質を取り除きます。



避難所に入った後 ▶ 避難者登録

避難所に入った後は、避難者登録をします。また、ケガ等の応急手当や避難者の健康管理も行います。

避難してきた方の登録をします。氏名、住所、事故発生時にいた場所などを記入します。



避難所では

食料、水などの配付



正確な情報の伝達



- ・避難が長期化した場合の対応
- ・生活再建等の支援

避難者の健康管理



避難された方などの体調が思わしくなかったり、負傷などをした場合は、健康相談や応急手当を行います。

市は、避難先に職員を同行させ、避難者・自主防災会などの協力を得ながら、避難誘導や避難所等の適切な運営・管理を支援します。

1 原子力災害とは・・・

原子力災害とは、事故等により放射線や放射性物質が原子力発電所の外へ大量に漏れて、人々に影響を及ぼす、またはその可能性がある状態のことをいいます。

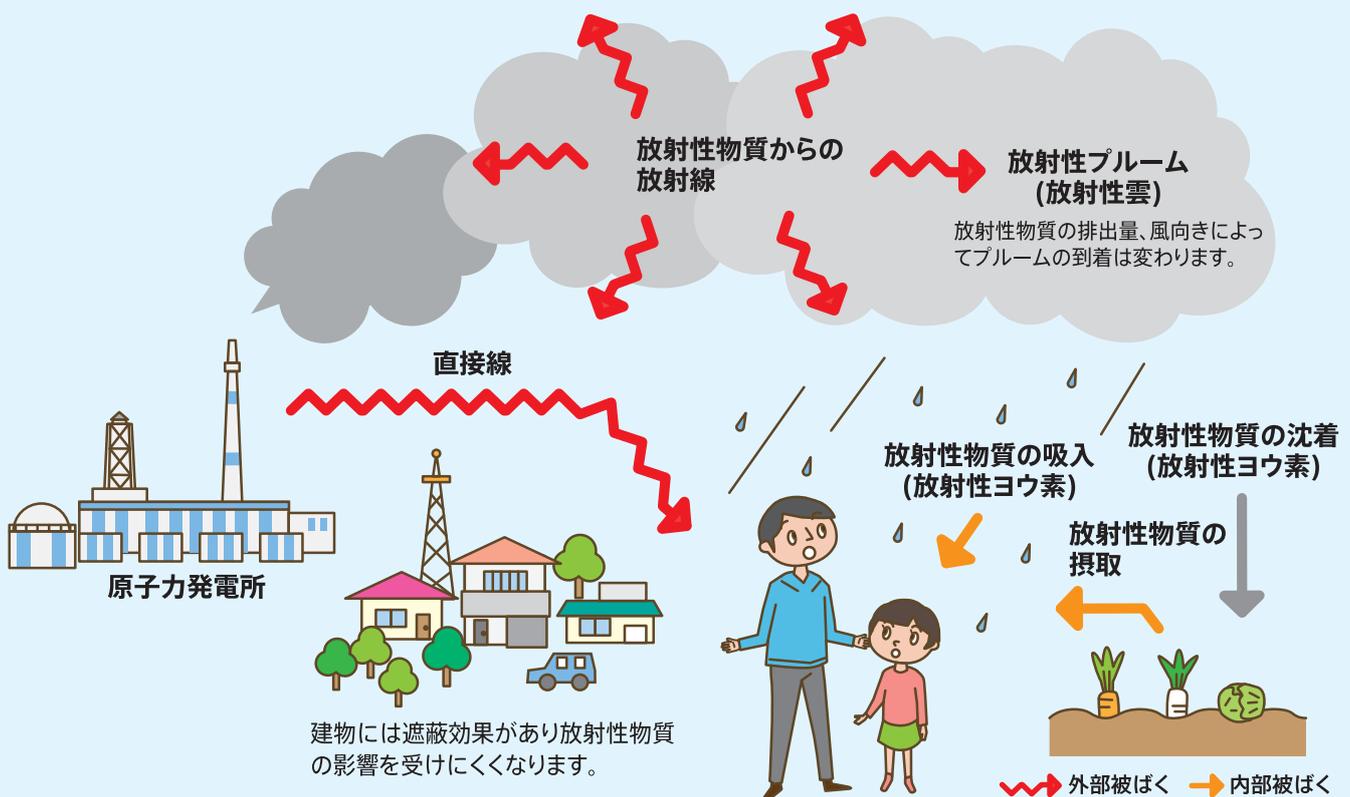
外部被ばく

原子力発電所から漏れた気体状あるいは粒子状の放射性物質は放射性プルーム（放射性雲）と呼ばれ、これは目に見えずにおいもありません。もし何も対策をしなければ、この放射性プルームが市内を通過するときに、放射線による被ばくをしてしまいます。また、放射性プルームが通過した後も、地面に降り注いだ放射性物質から出される放射線で被ばくをしてしまいます。

内部被ばく

放射性プルーム通過中に放射性物質を直接吸い込んでしまったり、汚染された飲料水や食べ物を飲食してしまったりすることでも被ばくをしてしまいます。

これらの被ばくをできるだけ避けるために、屋内退避や避難、飲食物の摂取制限及び医療救護などの原子力災害対策が実施されます。



2. 原子力発電所から見た小千谷市の位置づけ

福島第一原子力発電所の事故を踏まえ、国では原子力規制委員会を設置し、法令・指針・計画の大幅な見直しを行いました。また、県も国の法令等を踏まえ、地域防災計画の改定を行い、今後も防災対策の充実・強化を目指しているところです。

国が示す指針や県の考え方では、発電所から5～30km圏内の地域を避難準備区域(UPZ)という地域に定め、重点的な災害対策を実施することとされています。小千谷市は、市のほぼ全域が柏崎刈羽原子力発電所から30kmの範囲に含まれます。このことから、市は、小千谷市地域防災計画(原子力災害対策編)において、市内全域を避難準備区域(UPZ)と決めました。

即時避難区域 (PAZ)	<ul style="list-style-type: none"> ・原子力発電所から半径5km圏内 ・原子力緊急事態宣言後、直ちに避難 ・被ばくにより健康被害(確定的影響)を受ける可能性が高い 	柏崎市の一部刈羽村全域
避難準備区域 (UPZ)	<ul style="list-style-type: none"> ・原子力発電所から半径5～30km圏内 ・原子力緊急事態宣言後に屋内退避し、必要に応じて市外へ避難 	市内全域が該当

もしものとき、原子力発電所からの距離で基本行動が違います。

原子力発電所において、事故が国の定める深刻な事態になり、地域住民が健康被害を受ける可能性が高い状態(全面緊急事態)になったとき、今後の放射性物質の大量漏えいに備え、

●即時避難区域(PAZ:原発から5km圏内)の住民約2万人は、即時避難します。

●避難準備区域(UPZ:原発から30km圏内:小千谷市全域)の住民約43万人(うち小千谷市民3.8万人)は、屋内退避します。

この理由は

同時期におおぜいの方が避難を開始してしまうと、道路が大渋滞してしまいます。渋滞中に放射性物質が放出された場合、おおぜいの方が被ばくする危険があるためです。

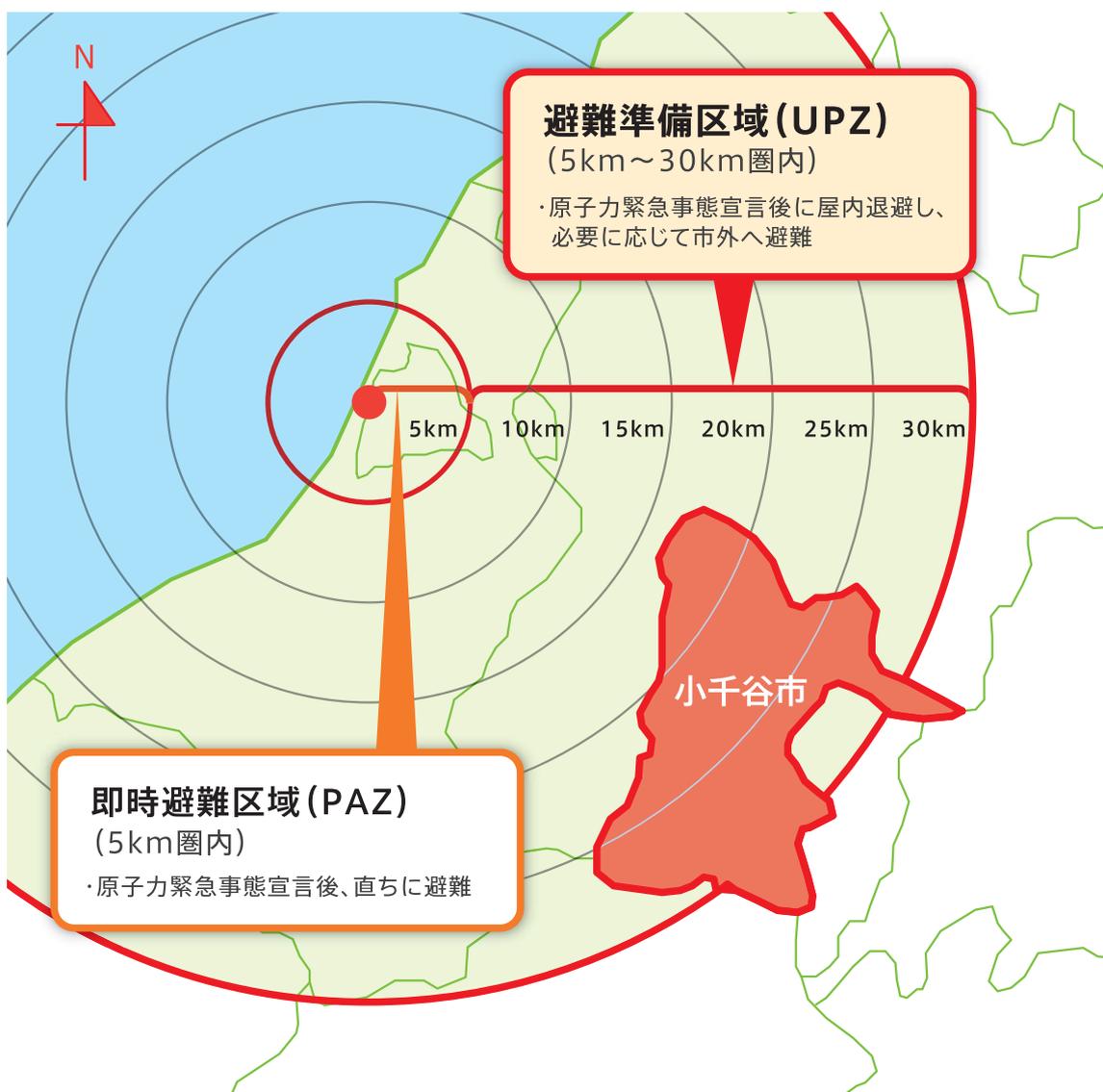
3. 小千谷市の対策

小千谷市地域防災計画(原子力災害対策編)

市では、目で見ることができない放射性物質から市民の皆さんの身を守り、適切な行動をとっていただくために、小千谷市地域防災計画(原子力災害対策編)を定めました。

計画では、市内全域を避難準備区域(UPZ)に指定し、積雪時の避難ルート確保など、豪雪地の特性に合わせた、原子力災害時に必要な対策を定めています(計画の内容は、市ホームページでご覧いただけます。「小千谷市地域防災計画」で検索してください。)

原子力災害対策を重点的に実施すべき地域



※小千谷市は30kmを超える地域も含めた市内全域を避難準備区域に定めました。

4. 一時集合所・避難所一覧

避難所は震災・風水害時の指定避難所と同じです。
お住まいの地区に関わらずお近くの避難所に屋内退避できます。



市のバスが迎えに行く一時集合所

- ・自宅が被災した方や自宅にすぐに戻れない方などが、屋内退避のために利用できる場所です。
- ・自力で市外へ避難できない避難行動要支援者の方などが、市外への避難指示が出た場合に集まる場所です。

地区	名称	所在地	電話番号	FAX
西小千谷	小千谷小学校体育館	土川1-5-52	0258-83-2042	0258-82-3405
東小千谷	東小千谷小学校体育館	旭町7-6	0258-83-2361	0258-83-2360
吉谷 山辺	吉谷小学校体育館	大字西吉谷甲216	0258-82-4416	0258-81-1545
城川	総合体育館	大字桜町4915	0258-83-0077	0258-83-0078
千田	千田中学校体育館	大字千谷甲1617	0258-82-2784	0258-82-8386
東山	東山小学校体育館	大字小栗山2357	0258-59-3155	0258-59-3151
川井	(旧)川井小学校体育館	大字川井475-2	—	—
岩沢	岩沢住民センター	大字岩沢1003	0258-86-2002 090-8007-4872(衛星)	0258-86-2002
真人	(旧)真人小学校体育館	真人町甲167	—	—
真人 岩沢 山辺	南中学校体育館	真人町丁678	0258-86-3009	0258-86-2016
片貝	片貝中学校体育館	片貝町8787-2	0258-84-2030	0258-84-3880

屋内退避ができる避難所



- ・自宅が被災した方や自宅にすぐに戻れない方などが、屋内退避のために利用できる避難所です。

地区	名称	所在地	電話番号	FAX
西小千谷	南保育園	船岡2-4-15	0258-82-2690	0258-82-2690
	市民会館	土川1-3-3	0258-82-9111	0258-82-9112
東小千谷	小千谷高等学校	旭町7-1	0258-83-2262	0258-82-0646
	東小千谷中学校体育館	東栄3-6-14	0258-82-2472	0258-82-8399
	東小千谷体育センター	大字蕨生乙1234	0258-82-8510	0258-82-8510
	勤労青少年ホーム	大字蕨生乙1234	0258-82-8510	0258-82-8510
	錦鯉振興センター	大字蕨生乙173	0258-82-7500	0258-83-5757
	東栄会館	東栄1-10-21	—	—
	木津公民館	大字蕨生丙1298-1	—	—
吉谷	吉谷保育園	大字西吉谷甲553	0258-82-3169	0258-82-3169
	吉谷トレーニングセンター	大字四ツ子66-2	0258-81-6152	0258-81-6153
	二俣・辻入集落開発センター	大字西吉谷丙60-2	0258-83-2487	—

原子力防災の基礎知識(解説編)

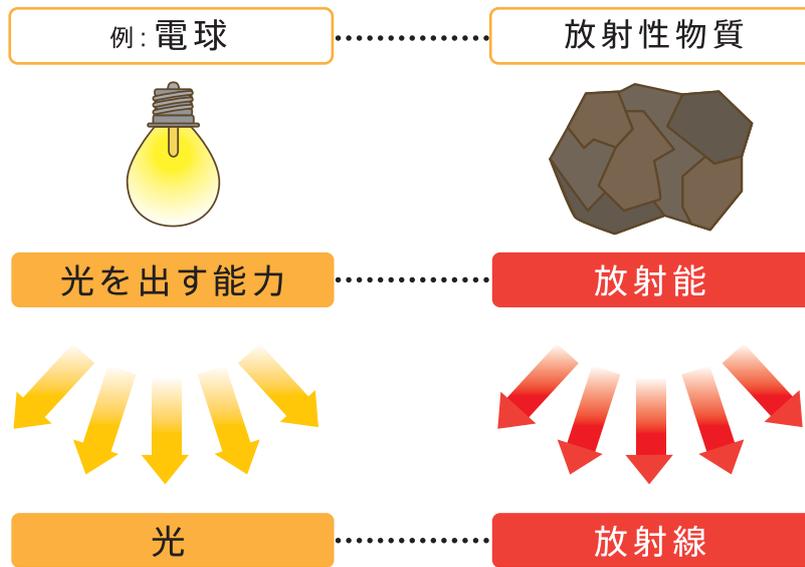
地区	名称	所在地	電話番号	FAX
山辺	山本振興会館	大字山本588-7	0258-83-2396	—
	デイホームらくらく(旧池ヶ原保育園)	大字池ヶ原2123	0258-83-4419	0258-83-4419
	池ヶ原コミュニティセンター	大字池ヶ原815-1	0258-83-4097	—
	総合支援学校体育館	大字塩殿甲2144	0258-82-1878	0258-82-1889
	上片貝公会堂	大字上片貝507	0258-82-8749	—
城川	小千谷中学校体育館	城内4-3-26	0258-82-2297	0258-82-1776
	小千谷西高等学校	城内3-3-11	0258-82-4335	0258-82-0700
	北保育園	城内2-15-3	0258-82-1742	0258-82-1742
	農業管理センター	千谷川2-3-26	0258-82-2935	—
	山谷交流センター	大字山谷1313-2	0258-82-9581	—
	グリーンヒル白山	大字山谷2236-4	0258-82-0662	0258-82-0625
	総合福祉センター サンラックおぢや	大字桜町5140	0258-83-2340	0258-83-2777
	城山開発センター	大字時水1350	0258-82-2364	—
千田	千田小学校体育館	大字千谷甲1231	0258-82-2508	0258-81-1547
	和泉小学校体育館	高梨町580	0258-82-2786	0258-82-3396
	三仏生多目的集会センター	大字三仏生3153	0258-82-8446	—
	千谷センター	大字千谷甲1946	0258-82-4526	—
	小栗田多目的センター	大字小栗田847	0258-82-1773	—
	すみれ保育園	大字千谷甲1787	0258-82-1136	0258-82-1136
東山	金倉会館	大字小栗山2401-3	—	—
	塩谷集落開発センター	大字塩谷290	0258-59-3519	—
	東山住民センター	大字南荷頃2666-1	0258-59-2003 080-8750-2350(衛星)	0258-59-2003
川井	川井住民センター	大字川井新田586	0258-89-3155 080-8750-2349(衛星)	0258-89-3155
	内ヶ巻集落開発センター	大字川井2574	—	—
	冬井集会所	大字川井5205-4	—	—
	戸屋集会所	大字川井4196-子	—	—
岩沢	岩沢保育園	大字岩沢764-1	0258-86-2090	0258-86-2090
	桂集落開発センター	大字岩沢838-5	—	—
	山谷集落開発センター	大字岩沢1144-1	—	—
	市之口公会堂	大字岩沢2261-1	—	—
	外之沢集会所	大字岩沢5007	—	—
	大池ふるさとセンター	大字岩沢5760-1	—	—
真人	岩沢保育園真人分園	真人町甲110-1	0258-86-3081	0258-86-3081
	(旧)真人住民センター	真人町甲110-5	—	—
	真人ふれあい交流館	真人町甲587-1	0258-86-3002	0258-86-3002
	地域福祉センターみなみ	真人町丁73-3	0258-81-3100	0258-81-3101
	克雪管理センター	真人町丁112-3	0258-86-2583	—
	北山集落センター	真人町己1638-1	0258-86-2194	—
	真人北部コミュニティセンター (農業者等就業促進施設)	真人町戊2438-1	0258-86-3285	—
片貝	片貝小学校体育館	片貝町8643	0258-84-2025	0258-84-2045
	片貝保育園	片貝町5033-1	0258-84-2027	0258-84-2027
	片貝ふるさと会館	片貝町6532-5	0258-84-3900	—
	片貝総合センター	片貝町4823-1	0258-84-2026 080-8750-2351(衛星)	0258-84-4161
	高梨保育園	高梨町1931-2	0258-84-3260	0258-84-3260

5. 放射線とは・・・



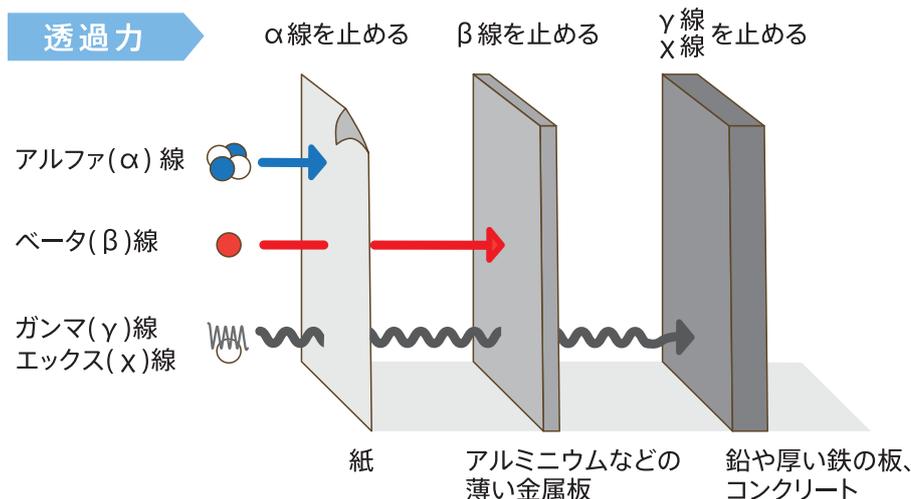
「放射線」と「放射能」

「放射能」とは、「放射線を出す能力」のことをいいます。放射能を持っている物質を「放射性物質」といい、放射性物質から「放射線」が放出されます。「放射能」、「放射性物質」、「放射線」の関係は、電球などによく例えられます。



放射線の「性質」と「種類」

- 放射線は目に見えません。また、味においもありません。
- 放射線には物を通り抜ける性質(透過力)があります。また放射線にはいくつかの種類があり、その種類によって、透過力は異なります。



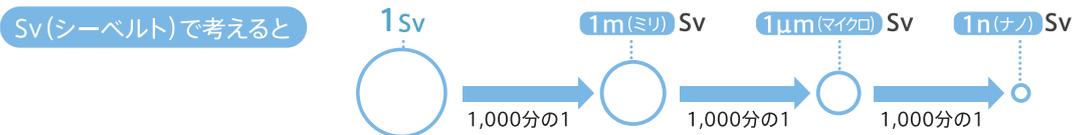
放射線の単位

放射線(能)の強さの単位には「ベクレル」、放射線を受けるほうに注目した単位では「グレイ」や「シーベルト」があり、目的に合わせて使い分けられています。

放射線が人体に与える影響は、放射線の種類やエネルギーの大きさ、放射線を受ける身体の部位なども考慮した数値(シーベルト)で比較する必要があります。

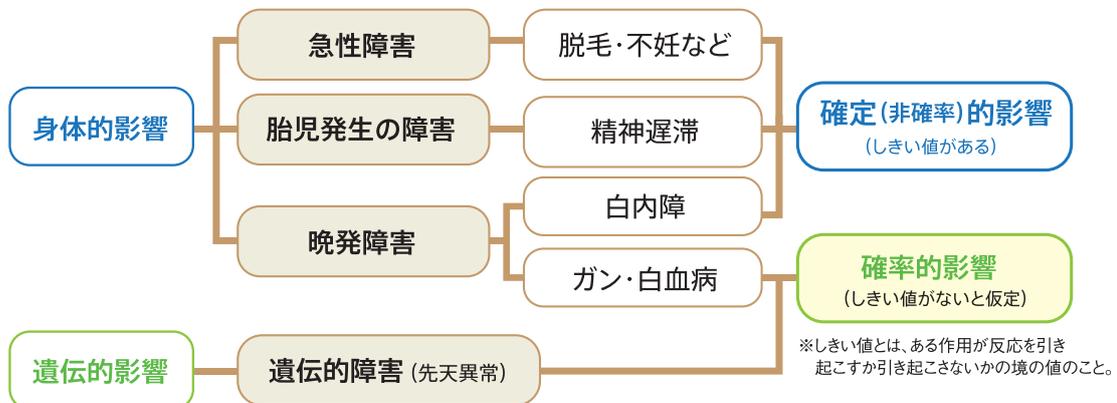
単位	単位の意味	使用される内容	表記例
Bq(ベクレル)	放射性物質が放射線を出す能力(放射能の強さ)	食品やその物質にどれくらい放射性物質が含まれているか(1キログラムあたりに放射性物質がどれほど含まれているか)	 Bq/kg (ベクレル/キログラム)
Gy(グレイ)	放射線の量	場所における空間放射線量の測定値(モニタリングポストの数値など)	 nGy/h (ナノグレイ/時間)
Sv(シーベルト)	人体が放射線を受けたとき、その影響(放射線量)を表す	人体への影響を表す放射線量(一般的な自然放射線量や人工放射線量など)	 μSv/h (マイクロシーベルト/時間)

放射線の単位の前に、『m(ミリ)』『μ(マイクロ)』などの大きさを表す単位が付くことがあります。



放射線の人体への影響

人体が放射線をあびると人体を構成する正常細胞を壊したり、傷つけたりします。線量が低い場合は、身体に備わった修復作用や回復機能により修復されますが、修復されなかった場合には放射線障害が発生するといわれています。



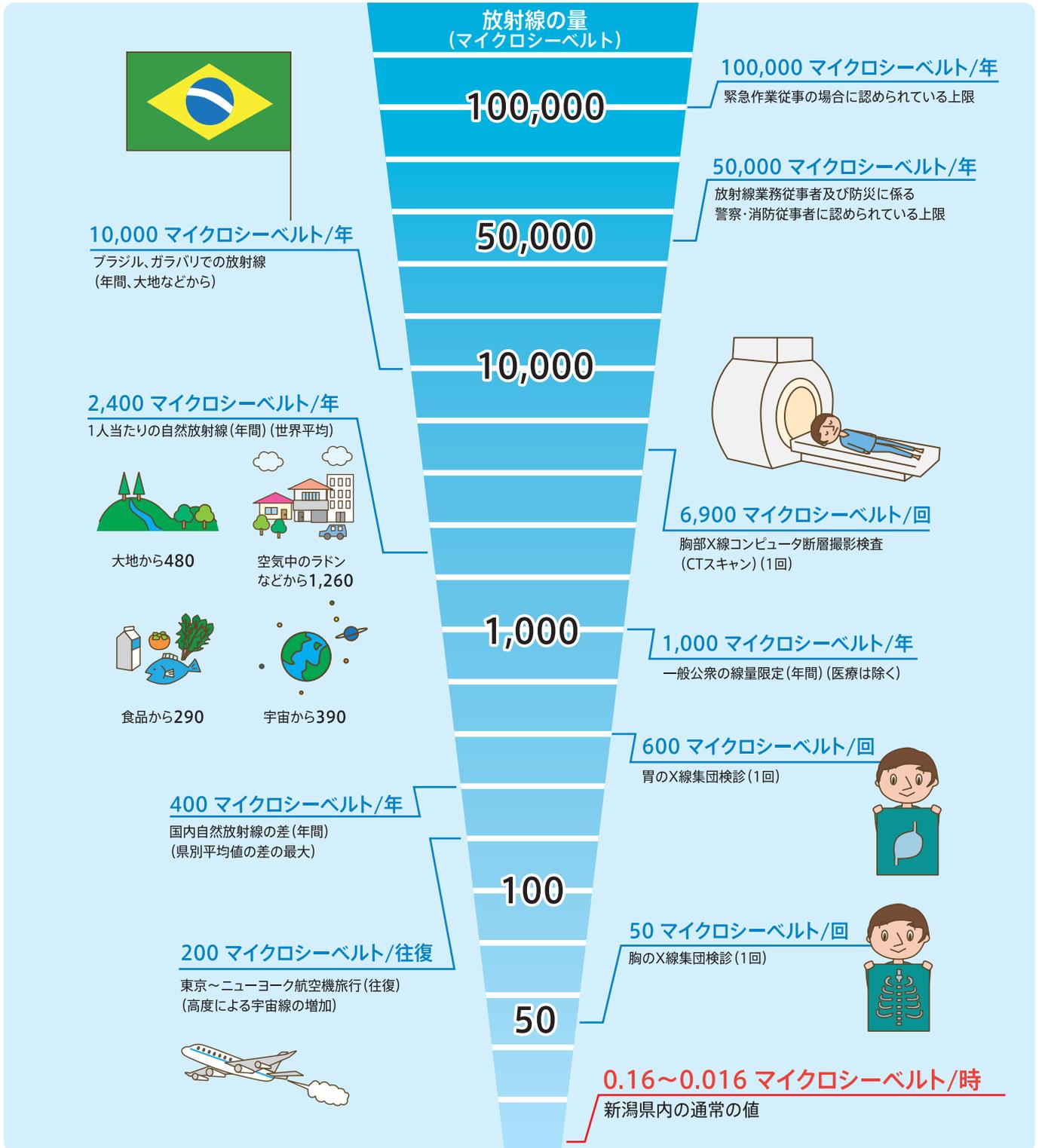
出典 文部科学省 放射線対策 Q&Aより

放射線に関する正しい知識を身につけましょう。

日常生活と放射線

土や石の中にも、わずかながら放射性物質が含まれています。また宇宙から来る放射線もあり、私たちは日常生活の中でも、少しずつですが放射線を受けています。

放射線は、体の細胞を傷つけるため、強い被ばくの場合、人体に悪い影響が及びます。一方、私たちの体には日常生活で受ける程度の放射線量では健康被害が出ないような仕組みがあり、放射線は、医療などでも有効活用されています。



出典 資源エネルギー庁「原子力2002」をもとに文部科学省において作成

6. 日ごろからの備え



家族や地域での話し合い

放射線は、色にもおいもありません。そのため、「放射線とはなにか?」「身を守るためにすべきことはなにか?」など、基本的なことからについて、日ごろから家族や地域で話し合い、みんなで同じ意識をもつことが大切です。また、緊急時の連絡の取り方や、避難時の集合場所などについても、確認しておきましょう。

NTT災害伝言ダイヤルの使用方法

録音方法	171▶▶1▶▶	(☒☒☒)☒☒☒-☒☒☒☒	▶▶ 伝言を録音する
再生方法	171▶▶2▶▶	(☒☒☒)☒☒☒-☒☒☒☒	▶▶ 伝言を聞く

被災地の人の電話番号(市外局番から)

携帯電話の災害用伝言板の使用方法

災害時に各社が開設します。各社のホームページから登録・確認することができます。

備蓄品や非常時持出品を準備する

万が一に備え、屋内退避のための備蓄品や、避難のための非常時持出品を準備しましょう。非常時持出品は、自然災害時のものとほとんど同じです。

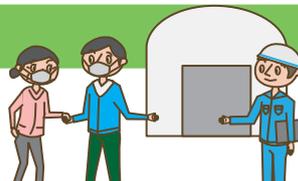
非常時持出品の例

<h4>貴重品など</h4> <p>貯金通帳 印鑑 現金 運転免許証 健康保険証</p>	<h4>情報を得たり伝えられるもの</h4> <p>携帯用ラジオ 携帯電話 予備電池(多めに) このガイドブック 筆記用具</p>
<h4>身の安全や健康を守るもの</h4> <p>懐中電灯(1人に1つ) 防寒具 医薬品 乳幼児ミルク 非常食 飲料水</p>	<h4>原子力災害時に用意するもの</h4> <p>フードのついたビニールカッパ 帽子 マスク 長そで、長ズボン</p>

※肌の露出を防いで、放射性物質を吸い込んだり、付着させないようにしましょう。(花粉症対策と同じ)

防災訓練に参加する

原子力災害を想定した訓練はもちろん、地震やその他の自然災害を想定した訓練にも、積極的に参加しましょう。



家族や地域における日ごろからの備えが大切です。

緊急情報メールへの登録をお願いします

原子力災害時にはあらゆる手段を使って事故の状況、事故の対応、地域への影響、今後の見通しなど、皆さんに必要な情報をお知らせします。

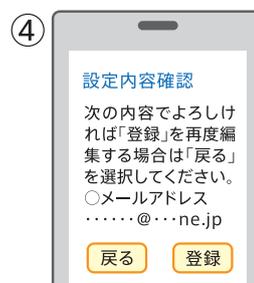
【登録方法】

- ① 右記QRコード読取または、
bousai.ojiya-city@raidan.ktaiwork.jp
を入力してメールを送信する。



- ② 自動でメールが届きます。
メールを開いて本文中のアドレスをクリックする。

- ③ ご自身のメールアドレスであることを
確認したら次へをクリックする。



- ④ 確認画面で間違いがなければ
登録をクリックする。

- ⑤ 登録完了をお知らせするメールが届いたら終了です。

※メールが届かない場合は、迷惑メール機能の設定に問題がありますので、ojiya-city@raidan.ktaiwork.jpからのメールを受信できるように設定を変更いただくか、お使いの携帯電話会社へご相談ください。

※詳しくは、市ホームページでも掲載しています。

(「小千谷市緊急情報メール」で検索してください。)

放射線の数値が確認できます

新潟県環境放射線監視テレメータシステムで県内の放射線を24時間監視しています。市内では平沢地内に観測装置が設置されています。

下記のアドレスからご覧いただけます。

<http://housyasen.pref.niigata.lg.jp>



[原子力防災に関する市の問い合わせ先]

小千谷市危機管理課 ☎ 0258-83-3515